

# *pi ose vozit*

Efektet e alkoolit dhe drogave në komunikacionin rrugor



# Çfarë ndodh kur pimë alkool?

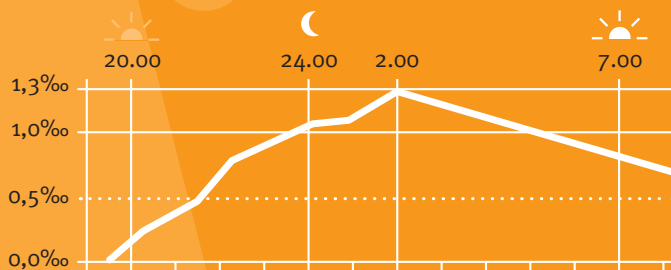
## Çfarë ndodh në trupin tonë?

Vetëm një përqindje e vogël alkooli absorbohet nga trupi ynë përmes gojës dhe lukthit. 95% e tij arrin në trupin tonë përmes zorrëve. Po qe se alkooli arrin zorrët vetëm në sasi të vogla, psh. i përzier me një vakt (racion), ndikimi i tij në trupin tonë (para së gjithash në tru) është dukshëm më i dobët se sa kur arrin në sasi të mëdha dhe për një kohë të shkurtër në këtë pjesë të zorrëve. Shpejtësia e absorbimit varet dhe nga lloji i pijes alkoolike. Pijet alkoolike të gazuara absorbohen shumë më shpejt (birra, verërat e shkumbëzuara – shampanjat, alkopopët etj.)

## Si shpërbëhet alkooli në trupin tonë?

### A ka mundësi që shpërbërja të përshpejtohet?

Alkooli përrthithet nga trupi ynë pas afro 20 minutash. Pastaj fillon shpërbërja në mëlçi. Një mëlçi e shëndetshme mund të zbërthejë për një orë 0,1 deri në 0,15 promila alkool. Ky proces nuk përshpejtohet dot. Një kafe, një dush i ftohtë ose një aktivitet sportiv vërtet mund ta ndryshojnë shëndetin fizik, mirëpo vlera në promila mbetet e njëjtë. Pirja e ujit është gjë e mirë për trupin, mirëpo as uji s'e ndryshon dot vlerën në promila (s'ka «hollim»).



Në rastin e 1,3 promilave të alkoolit në gjak të orës 2 pas mesnate, vlera e promilëve rreth orës 7 të mëngjesit do të jetë akoma afro 0,8 promila.

# Alkooli gjatë vozitjes



Që nga 0,2 promila e më shumë aftësia për vozitje është e kufizuar. Duhet mbajtur parasysh se faktorë të tillë, si lodhja, stresi, marrja e barërave, disponimi festiv ose zemërimi, kanë ndikime plotësuese në kufizimin e aftësisë vozitëse, përkatësisht, e forcojnë akoma më shumë ndikimin e alkoolit.



## **0,2 – 0,3 promila**

Mënyra e vozitjes bëhet më rrezik-sfiduese ndërsa tempojta më e shpejtë. Në situata komplekse mund të shfaqen tashmë dhe gabime. Sistemi motorik është i dëmtuar.



## **0,4 – 0,5 promila**

Mbresat shqisore interpretohen pjesërisht në mënyrë të gabuar. Shikimi anash përkeqësohet (shenjat e komunikacionit kalojnë pa u parë). Semafori i kuq nuk perceptohet qartë.



## **0,6 – 0,8 promila**

Bëhen gabime të rënda në vozitje. Koha e reagimit zgjatet ndjeshëm.



## **nga 0,8 promila e më shumë**

Akordimi midis vendndodhjes vetjake, shpejtësisë dhe lëvizjes së timonit është i cënuar ndjeshëm. Tashmë gjërat nuk veçohen dot qartë nga njëra-tjetra (shquarja e vonuar e këmbësorëve, biçiklistëve, makinave të parkuara etj.).

# *Si mund ta matësh vlerën e promilave?*

Gjithkush mund ta matë në rrugë të thjeshtë vlerën personale të promilave. Kjo është më e sigurt se sa një test frymënxjerrjeje me aparate të pasakta siç mund të hasen në treg.

Vlera e promilave varet nga gjinia dhe nga pesha trupore.

Më shumë promila do të ketë një femër e dobët, ndërsa më së paku do të ketë një burrë i rëndë (me peshë të madhe).

Një rregull e sigurt si topi është rregulla 3 me 1: dmth. pas një të ashtuquajture gotë standarde askush nuk ka më shumë se 0,3 promila alkooli në gjak. Trupi ynë, ndërkaq, shpërbën së paku 0,1 promila alkool në gjak brenda një ore.

## **Llogaritja e thjeshtë e promilave**

Shembull: një femër me peshë 50-kilëshe ka pirë 3 gota verë

$$\frac{36 \text{ (sasia e alkoolit në gramë)}}{50 \text{ (pesha në kg)}} \times 0,6^* = 1,2 \text{ promila}$$

\* Në rastin e një burri, në vend të 0,6 duhet vënë 0,7.



Birrë/Alkopop  
1 litër  
afro 40 g  
1 gotë (3 dl)  
afro 12 g



Raki  
1 litër  
afro 350 g  
1 gotë (0,2 dl)  
afro 7 g



Verë  
1 litër  
afro 80 – 100 g  
1 gotë (1,5 dl)  
afro 12 – 15 g

Akoma më thjesht kjo bëhet përmes promilometrit:

**[www.fachstelle-asn.ch](http://www.fachstelle-asn.ch)**

# ***Kanabisi gjatë vozitjes***

Konsumimi i kanabisit e ulë aftësinë vepruese. Është provuar përmes eksperimentesh se kanabisi e përkeqëson dukshëm aftësinë për vozitje së paku për tre orë rresht. Përqendrimi, koordinimi, funksionet pamore dhe aftësia reaguese janë të reduktuara. Një ndryshim nga alkooli konsiston në faktin që disa persona, – por jo të gjithë, – pas konsumimit të kanabisit i mbivlerësojnë më pak aftësitë personale, dhe për këtë shkak, sipas rregullit, vozisin më me kujdes. Shpesh, ndërkaq, konsumohet alkooli dhe kanabisi së bashku, gjë që i shumëfishon ndikimet negative të alkoolit dhe të kanabisit. Për këtë shkak është sidomos i rrezikshëm ky kombinacion në trafikun rrugor!

# ***Droga dhe medikamentet tjera gjatë vozitjes***

Pas marrjes së medikamenteve madje edhe shoferëve të rryer u mungojnë potencialet e duhura psikofizike që në situata kritike të reagojnë shpejt dhe si duhet. Një pasojë tjetër, shpesh e nënvlerësuar, e shumë medikamenteve, është përgjumja. Çfarë vlen për medikamentet dhe alkoolin, vlen akoma më shumë për drogat. Personat që konsumojnë droga, në asnjë rast nuk duhet të vozisin. Drogat ndryshojnë dhe zvogëlojnë kapacitetet psikike dhe fizike. Të konsumuara bashkë me alkoolin, ndikimi i disfavorshëm i medikamenteve dhe drogave është shumëfish më i madh. Për këtë shkak, pas çdo konsumi drogash/medikamentesh duhet hequr dorë tërësisht nga shijimi i alkoolit.

# ***Cilat janë pasojat juridike të një fatkeqësie nga alkoolet ose drogat?***

## **Ç'thotë ligji?**

Ai që vozit automjetin në gjendje të dehur do të ndëshkohet me burg ose me gjobë (Neni 91, Par. 1 i Ligjit mbi trafikun rrugor, SVG). E njëjta gjë vlen dhe për personat që për shkak të drogave ose medikamenteve janë në gjendje paaftësie për vozitje dhe kapen duke vozitur një automjet (Neni. 90, SVG). E njëjta gjë vlen edhe për personat që për shkak të drogave dhe medikamenteve janë të paaftë për vozitje (Neni. 90, SVG)

Vlera e promilëve nga 0,5 deri në 0,79 vlen si një “dehje e thjeshtë”. Kjo ndëshkohet me një gjobë, mirëpo nuk do të çojë medoemos te një konfiskim i patentës së shoferit. Nga 0,8 promila do të flitet për një “dehje të kualifikuar” dhe do të konfiskohet patentja e shoferit për së paku tre muaj, ndërsa në rast përsëritjeje, madje, për së paku 12 muaj. Për vozitësit e rinj dhe për shoferët e profesionit, që nga janari 2014 vlen rregulli i promilës zero. Kundërvajtjet deri në 0,79 promila do të ndëshkohen me gjobë. Nga 0,8 promila do të pasojë edhe një konfiskim i patentës së shoferit (të lidhur me një zgjatje të kohës provuese për një vit më shumë për vozitësit e rinj).

Në rast përsëritjeje, patentja e përkohshme e shoferit do të anulohet. Kush do të zihet me 1,6 e më shumë promila, do të humbë patentën e shoferit për kohë të pacaktuar dhe duhet t'i nënshtrohet detyrimisht një sqarimi për aftësi vozitjeje.

Kontrollet e alkoolit mund të aplikohen pa një dyshim paraprak, përkatësisht, pa një shkas konkret, siç është një vozitje e çrregullt ose era apo duhma e alkoolit.

## **Si sillen sigurimet me fatkeqësitë nga alkooli dhe drogat?**

Në rastin e një fatkeqësie për shkak të një pakujdesie të vrazhdë në vozitje – këtu hyjnë në mes tjerash edhe drogat dhe alkooli gjatë vozitjes – sigurimet kanë për detyrim ligjor që t'i reduktojnë shërbimet e tyre. Për shembull siguri i plotë kasko i makinës i paguan dëmtimet në automjet vetëm pjesërisht ose aspak. Sigurimi rimbursues (Haftpflicht) që duhet t'i paguajë pretendimet e të tretëve, do të kërkojë rikthimin e një pjese të shpenzimeve (regres). Në rastin e ndonjë dëmi në njerëz, mund të ndërmerren reduktime në pensione dhe në mëditje. Shpenzimet e një fatkeqësie me të plagosur shumë shpejt mund të kapin shuma deri në disa qindra mijëra franga!

# ***Siguria në vozitje gjatë kohës së lirë***

Megjithë autobusët e natës dhe ofertat tjera atraktive, automobili privat mbetet akoma mjete më i shpeshtë transportues për kohën e lirë. Kombinimi i vozitjes me ahengjet, me festat familjare dhe me dasmat, ose dhe me vizitimin e manifestimeve sportive, është gjë delikate – jo vetëm për shkak të alkoolit dhe drogave të tjera që mund të jenë në lojë në këto raste. Efektet e forta të dritave e reduktojnë aftësinë pamore, zhurmat e çenojnë aftësinë dëgjimore, ndërsa kthimi në shtëpi ndodh në errësi, shpesh nëpër rrugë të lagështa ose madje dhe të mbuluara me borë. Shkurt: vozitësja ose vozitësi është i detyruar të ballafaqohet me detyrën që të vozitë në kushtet e aftësisë së kufizuar të vozitjes dhe nën rrethana veçanërisht të rënduara.

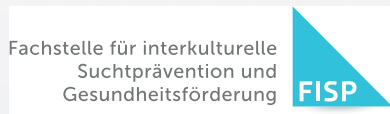
## ***Tri rregulla të arta:***

- **Drink or drive (Pi ose vozit):** Kush vozit, nuk pi!
- **Planifikoni një shërbim vozitjeje «të esëllt»** përpara se të fillojë kënaqësia e kohës së lirë.
- **Shmangiuni medoemos kombinimit të alkoolit me droga të tjera ose medikamente!**



Hotzestrasse 33, 8006 Zürich, Tel. 044 360 26 00, Fax 044 360 26 05  
info@fachstelle-asn.ch, www.fachstelle-asn.ch

Në bashkëpunim me:



Kehlhofstrasse 12, 8003 Zürich, Tel. 043 960 01 60  
fisp@bluewin.ch, www.fisp-zh.ch

Me mbështetjen financiare të:

Die Stellen für **Suchtprävention**  
im  **Kanton Zürich**



## Impresum

Copyright © aktualisierte Ausgabe 2014

**Qendra profesionale «Alkohol – am Steuer nie!»**

Në bashkëpunim me Këshillin zviceran të sigurisë në trafik dhe me mbështetjen financiare të migesplus

Layout-i, Ilustrimet: Blitz & Donner, 3037 Herrenschwand/Bern

Redaksia: Jan Rintelen, Paul Gisin, Trudi Gisin, Iwan Fuchs

Përpunimi për versionin e destinuar për përkthim: Mustafa Ideli, Joseph Oggier (FISP)

Përkthimi: Bislim Elshani

Kjo broshurë mund të sigurohet në këto gjuhë: gjermanisht, frëngjisht, italisht, shqip, boshnjakisht/kroatisht/serbisht, anglisht, portugalisht, spanjisht, tamilisht dhe turqisht.

albanisch, albanais, albanese